

# 埼玉県の食材を食べよう

11月は、「彩の国ふるさと学校給食月間」です。そこで今月は、埼玉県や蕨市にちなんだ献立を取り入れています。



## 9日【のらぼう菜入り沢煮椀】

のらぼう菜は、埼玉県比企郡でよく作られる野菜です。くきにほんのりあまみがあります。

## 30日【蕨の木の芽のメンチカツ】

蕨市の農家の貫井さんが育てた木の芽をメンチカツにまぜます。

## 29日【蕨ABCスープ】

蕨市の農家さんが育てた野菜を大人気のスープに使います。

## 20日【わらびりんごのバラ焼き】

りんごと豚肉を炒める青森県の郷土料理で、応募献立のレシピです。今回は蕨市でとれたわらびりんごのジュースを調味料に使っています。

## 17日【しゃくし菜そぼろご飯】

しゃくし菜は、秩父市で古くから生産されている野菜です。

比企郡

秩父地域

狭山市

蕨市



蕨市マスコットキャラクター「ワラビー」

## 1日【埼玉お茶〜ハン】

狭山市ではお茶が有名です。狭山の茶葉入りのチャーハンです。応募献立です♪

13日

【彩の国八宝彩】 応募献立です♪ 埼玉県で多く収穫される里芋、白菜、小松菜が入ります。

## 24日【埼玉野菜まんじゅう】

埼玉県産の小松菜・ニラを使ったまんじゅうです。



## 11月24日は、和食の日です。



日本は、海・山・里とゆたかな自然にめぐまれ、季節によって旬の食材を楽しむことができます。日本の秋は「実り」の季節であり、和食の良さを知る日として、11月



24日が「和食の日」となりました。27日の「つみっこ」は埼玉県本庄市や秩父地域ほんじょうし ちちぶちいきに伝わる郷土料理です。「つみっこ」とは「つみとる」の方言で、小麦粉を水でねって



作った生地(すいとん)を「つみとる」ようにちぎって鍋にいれたことからこのように呼ばれています。季節の野菜もたっぷり食べることができます。また、けずりぶしをだしからとって、香り豊かに仕上げます。



## 「学校給食のメニュー作りにチャレンジ」ご応募 ありがとうございます！

今年もたくさんのご応募ありがとうございました。11月から給食に登場しますので、お楽しみに！